

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

تمہید

اس مختصر رسالہ میں تیمارداری کے اُن ڈاکٹری طریقوں کو بیان کیا گیا ہے جن سے ہر عورت کو واقف رہنا ضروری ہے کیونکہ اب وزمرہ ڈاکٹری علاج کی جانب رجحان بڑھتا جاتا ہے ، اور یہ ظاہر ہے کہ جب تک علاج میں اُس کی تیمارداری کے طریقے معلوم نہ ہوں گے مریض کو آرام ملنا اور صحت کا جلد حاصل ہونا بہت مشکل ہے۔

خصوصاً بچوں کی تیمارداری نہایت نازک کام ہے اور اس کے لئے ضرورت ہے کہ تمام مائین تیمارداری کے طریقوں سے واقف ہوں اسلئے ایک مستند کتاب سے ان طریقوں کو انتخاب اور جا بجا اپنے تجربات و معلومات کا اضافہ کر کے اردو خوان خواتین کے لئے اس رسالہ کو شائع کرتی ہوں ۔

## ہدایات بیمار داری

بیماری کے زمانہ میں مریضوں اور بالخصوص بچوں کی غور و پرداخت میں خاص قسم کی سلیقہ شعاری سے کام لینے کی نہایت ضرورت ہوتی ہے۔ سخت مرض کی صورت میں اور تمام متعدی امراض میں بیمار کے کمرے کے لئے دو ہوشیار اور قابل اعتماد عورتوں کی خدمات بہت ضروری ہیں ان میں سے کم از کم ایک باقاعدہ تعلیم یافتہ نرس "ہونی چاہئے" معمولی صورتوں میں ان کی یہ بھی خواہش ہوگی کہ وہ اپنے بیمار بچے کو نظر کے سامنے رکھے، لیکن اگر وہ کسی مرض متعدی میں خود غور و پرداخت کرنا چاہتی ہے تو اُس کو اپنے تمام دیگر فراموش خانہ داری کو دوسروں کے حوالے کر دینا چاہئے اور اپنے آپ کو ایسا سمجھنا چاہئے کہ ہم بالکل ایک متعینہ بین ہیں۔

ایک شخص کسی بچے کے سخت مرض کی حالت میں خواہ وہ متعدی ہو یا غیر متعدی کافی طور پر نگہداشت نہیں کر سکتا۔

دونوں کو دن کی اس وجہ سے ضرورت ہے کہ ایک فرد واحد آؤن نہ بیمار کے کمرے میں رہ سکتا ہے اور نہ وہاں سو سکتا ہے، لیکن اس کے لئے یہی ضروری ہے کہ جب وہ اپنی باری ختم کر کے اپنے کمرے میں آئے تو فوراً غسل کرے، "کاربولک لوشن" *Carbolic lotion* سے دقتاً فوقتاً ہاتھ مونہ دھو تا رہے، کپڑوں پر بھی اسی لوشن کو چھڑک لے، غسل کے بعد دوسرا لباس تبدیل کرے اور اتار ہو کپڑوں کو کھولتے پانی میں تھوڑی دیر پڑا رہنے کے بعد خشک کرنے کو ڈال دے مریض کا خاص کمرہ

ضروری بات ہے کہ اُس بڑھتے ہوئے خاندان میں جو ایک ہی گھر میں رہتا ہے کبھی نہ کبھی کوئی علیل ہوتا ہے، خصوصاً جب کہ چند بچے ہوں تو لامحالہ ایسی ضرورت ہوتی ہے اس لئے جو مکان بڑا ہو اُس میں سے ایک دو کمرے ضرورت کے وقت محض تیمارداری کے لئے مخصوص کئے جائیں، اور یہ مناسب معلوم ہوتا ہے کہ مریضوں کی آسائش کے لئے ایک مستقل انتظام کر لیا جائے تاکہ اگر چند انخواستہ کسی کی طبیعت علیل ہو تو اُس کو وہاں لے جانے میں صرف اسی قدر توقف کرنا پڑے جو ایک کمرے کے گرم کرنے میں ہوتا ہے اگر ممکن ہو تو کمرہ سب سے اونچی منزل پر ہونا چاہئے اُس کا راستہ چوڑا اور ڈھالو ہو سیڑھیاں

۶ اٹیچ سے زیادہ اونچی نہ ہوں اور اس کا رخ جنوب یا مغرب کی جانب  
تو ابھی بات ہے۔

کمرے کی دیواروں پر روغن اور وارنش پھیرنی چاہئے ، اور  
اُن کی کثافت جس طرح ممکن ہو درکردی جائے ، لیکن کسی صورت میں کاغذ  
چسپان نہ کیا جائے ، سید ہا ساد ہا تختوں کا فرش ہو جس پر روشنی ٹاٹ  
بست صفائی کے ساتھ جڑا ہوا ہو ، اگر اس کمرے سے اور کمرہ ملا ہوا ہو  
یا غسل خانہ اور پاخانہ بھی قریب ہو تو پھر سمجھنا چاہئے کہ تمام انتظام مکمل  
ہے ، اگر کسی وقت مریض کو تنہا رکھنے کی ضرورت پڑے تو دو ایک  
کمرہ کو فوراً تیار کرنا چاہئے ، فضول اسباب کو بالکل اٹھا دینا چاہئے  
صرف دو پلنگ جو کم چوڑے اور تار کے بُنے ہوئے ہوں اور جن پر بالوں  
کی چٹائیاں اور معمولی بستر ہوں رکھ چھوڑنے چاہئیں ، پردے اور دیگر شیاں  
جو آرائش کے خیال سے لٹکائے جاتے ہیں نہ ہوں ۔

کھڑکیوں پر معمولی سوتی کپڑے یا کسی ارزان کپڑے کے پردے  
لٹکا دینے چاہئیں تاکہ جب مریض کی تیمارداری سے فراغت ہو جائے  
تو اُن کے جلانے میں مالی نقصان واقع نہ ہو ، پھر قالین کو اٹھا کر  
تختوں کو کسی کپڑے سے میں فی صدی "کاربولک لوشن" Carbolic lotion  
میں پونچھ کر خچڑ لینا چاہئے اگر بیمار دار کے لئے ضرورت ہو تو دو ایک

سستے کتل رکھ لینے چاہئیں تاکہ وہ روزانہ صاف ہو سکیں اور جب تیمارداری کا زمانہ ختم ہو جائے تو اُن کے جلا دینے میں تامل نہ ہو سکے۔

شست و شو کے برتن مٹی کے ہونے چاہئیں، جس گھڑ و پچی یا جگھ پر یہ رکھے جائیں وہ بھی صاف اور سادہ ہونا چاہئے۔

خانہ دار الماری بھی ہو جس میں پلنگ کی چادرین اور مریض کے ذاتی کپڑے رکھے جاسکیں۔

قریب ہی ایک کمرہ تیمارداروں کے لئے ہوتا کہ وہ کچھ دیر اس میں جا کر آرام لیں کیونکہ اُن کی صحت کا لحاظ بہت ضروری ہے ورنہ اگر وہ بھی بیمار ہو گئے تو مریض کا سنبھالنا مشکل ہو جائے گا۔

فردی اسباب | ایک لکڑی کی میز ہو جس کے خانہ پر آلہ تقیاس لکڑی کا لگا ہوتا کہ گرمی، سردی کی موسمی حالت معلوم ہو سکے۔

پنسلین، کاغذ اور روشنائی بھی ہو جو فوراً کام میں آسکے، دوسرے خانے میں تیمارداری کے متعلق اور چھوٹی چھوٹی اشیا ہونی چاہئیں، مثلاً کاٹن دول، پینسٹ، ہڈی (اونی سوتی کپڑا) لنٹ Lint

پنین مسٹرک اور سیفی پنین Safely Pins دوجو قینچیاں بھی ہوں جس میں سے ایک نہایت مضبوط اور کم قیمت ہوتا کہ یہ مرہم پٹی وغیرہ کے لئے کاٹنے کا کام دے سکے، دوسری قینچی ڈاکٹری قینچی

*surgical scissors* جونی چاہئے اسکے ساتھ سرنگس اور تیز چوڑی

یعنی تیز کٹیجی *stajeline cream* ایک ڈبہ "کار بولک ویسلین" *carb-o-vaseline* اور ایک ڈبہ "سادسی ویسلین" *vaseline*

کی، مسمومی، اور چیر چار کے آلات *Dressing forceps and*

*dissecting forceps* یعنی ہر جائزین، ہر پھانسی یا شدہ کی کھچی و نیچہ کا

ڈنک نکالنے میں جس ہر وقت کام آتے ہیں۔ ایک مقیاس اخراجات *Bath thermometer* غسل کا جی ہونا چاہئے۔

مینہ کے خانے میں اور جی چھوٹے خانے علی: ہون،

ضروری برتنوں کے لئے ایک طاق کا ہونا جی لازمی ہے یا قریب میں

چھوٹی مینہ ہو یا دیواریں کوئی تختہ وغیرہ لگا ہوا ہو، کھانا پکانے کا مسمومی

انتظام کرنا چاہئے یعنی ایک انگریزی چوٹھا یا "اسپرٹ لیمپ" یا "ٹچھی وغیرہ"

موجود رہے۔ جو برتن مریض کے کمرے کے کام میں آئیں ان کو دھین رکھنا اور

دھونا چاہئے، دیگر اسباب خانہ داری میں ان کو ملا یا نہ جائے۔

دو آرام دہ، سادہ، خمدار، بید یا کرسی کی کرسیاں یا تپانیاں

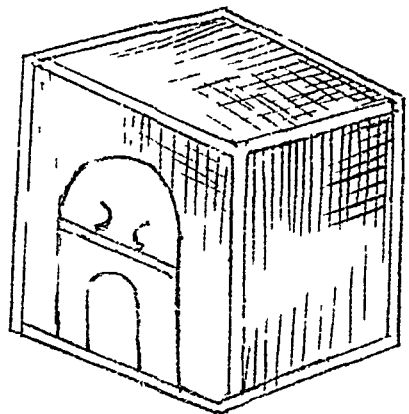
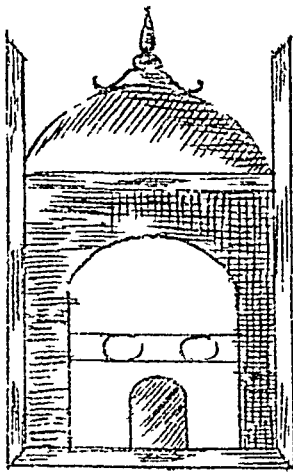
یا نرم کدے تیماردار کے واسطے لازمی ہیں، یہ چیزیں صحت و ریات

میں سے ہیں۔

براہر واسطے کمرے میں یا صرف ایک ہی کمرہ ہو تو اس میں

ایک غسل کرنے کا ٹب بھی موجود رہنا چاہئے جس میں مریض آسانی سے لیٹ سکے مگر بہت گہرا نہ ہو۔

اگر کوئی مستقل سماوار نہ ہو تو دو دیگیان ہی موجود رہیں ایک گچی بڑی ہو جو مستقل طور پر غسل کے لئے پانی گرم کرنے کے کام میں آسکے، چھوٹی دیگچی اسپرٹ کے چولھے پر کھانا پکانے کے لئے کام دیگی، اگر تانبے کے برتن ہوں تو قلعی دار ہوں ورنہ "ایلوینیم" کے برتن بہت مناسب ہیں کوئلے کا نذ کے بند لون مین رکھے رہیں، ایک مضبوط سیخ یا دست پناہ آگ کریدنے کے لئے بھی رکھا رہے، دست پناہ بہ نسبت سیخ کے آرم دہ ہوتا ہے لوہے کی انگیٹھی یا آتش دان ہونا چاہئے، آتش دان دیوار میں بن سکتا ہو جس کا دھواں کش دیوار سے باہر یا چھت سے نکال دیا جائے مندرجہ ذیل قسم کے آتش دان بہت کارآمد ہوتے ہیں اور تعمیر مکان کے وقت آسانی کے ساتھ بنائے جاسکتے ہیں۔



انگلیشی یا آتھران مین زیادہ آگ نہ ہو صرف اسی قدر جو کہ جس کی حرارت سے کھانا اور تیمار داری کی چیزیں گرم رہ سکیں ایسے چولے کے بنانے میں کچھ صرف تو ہو گا مگر ایندھن کی کفایت اُس خرچ کی بجائی کافی کر دیگی، مزید ہر تیمار دار کو زیادہ زحمت نہ اٹھانا پڑیگی اور اس آتش پہونچنے کی، اُس کو بار بار اُس کی خبر لینا نہ پڑے گی اور کمرے کی حرارت بھی درجہ اعتدال پر رہیگی، ایک نم صافی سے انگلیٹھی خوب اچھی طرح پاک صاف ہو سکتی ہے، راکھ کی مقدار بھی کم ہوگی اور مریض کو زیادہ شور و شغب یا کھٹ کھٹ کے نہ ہونے سے سکون پہونچے گا۔

کمرے کے اُس حصے میں جہاں آگ کا اثر نہ پہونچ سکے اور نہ جہاں ہو اکا جھونکا نہ آتا ہو ایک معمولی "تھرمامیٹر" (مقیاس حرارت) بھی لٹکا رہنا چاہئے جس سے کمرے کی حرارت کا حال ڈاکٹر کی مرضی کے مطابق معلوم ہو سکے اور اُسی درجہ کی حرارت کو حسب ہدایت قائم رکھا جاسکے اکثر امراض ایسے ہوتے ہیں جن میں کمرے کی گرمی کو ۶۰- اور ۶۵ فہرنہیٹ *Takran heat* رکھا جاتا ہے، مگر بعض بعض حالتوں میں مثلاً کسی مرض کی حالت میں ۷۰ درجہ پر کمرے کی حرارت قائم رکھنے کی ضرورت ہوتی ہے، مقیاس حرارت کے ذریعہ سے زیادہ سے زیادہ اور کم از کم حرارت کو تسلیم کرتے رہنا چاہئے اور مقیاس حرارت کو مریض کے بستے اوپر

آویزان کر دینا چاہئے۔

مریض کے کمرے میں دوا اور تھرمائیٹرون کی ضرورت لاحق ہوتی ہے، ایک تو غسل کے لئے، اور دوسرا جو بیمار کے بستر کے کام آسکے۔

کھڑکی کی حفاظت کی بہترین تدبیر یہ ہے کہ دو عدد چھوٹے ٹچھوٹے لمبل یا شرتی کے یا "لینک لائٹ" کے سبز یا نیلے پردے بنائے جائیں اور ان میں پیتل کی چھڑ لگادی جا۔ تاکہ جس حصہ کو چاہیں دھوپ سے محفوظ رکھیں یا حسبِ خواہش پردے کو بالکل گرا دیں، لمبل یا شرتی کے پردوں کے علاوہ موڑ سوتی کپڑے کا پردہ سیاہ نیلگون یا سبز و سیاہ رنگ کا بھی ہونا چاہئے تاکہ روشنی کا انتظام مریض کی ضرورتوں کے مطابق ہو سکے، بعض اوقات کمرے میں پوری دھوپ آنے کی ضرورت ہوتی ہے ایسی صورت میں مریض کے چہرہ کو کاغذ کے پردے یا باریک سیاہ سوتی کپڑے کو الگنی پر ڈالنے سے محفوظ رکھنا چاہئے، یہ بات یاد رکھنے کے قابل ہے کہ آفتاب کی کامل تمازت سے بڑھکر مریض کے کمرے کی کثافت دور کرنے کے لئے اور کوئی دوسری شے نہیں ہے جس قدر زیادہ دھوپ اور صاف ہوا آئے گی اُسی قدر مریض کی صحت اور *Nurse* کے لئے زیادہ فائدہ مند ہوگی کھڑکی یا کواڑوں کے ذریعہ سے ہوا کی آمد و رفت کا

خوب انتظام ہو سکتا ہے ، بیمار کے کمرے میں ایک باد و الکھیاں بھی ہونی چاہئیں تاکہ ان پر چارون اور کپڑوں کو ہوا دی جاسکے ، اگر دو کمرے ہوں تو کپڑوں کے دوسرے کمرے میں رکھنا چاہئے۔

کتافت کا دور کرنا | اگر کوئی متعدی مرض ہو تو چادر کو پانی میں جس میں ۲۰ حصے کاربولک *Carbolic* ہو ڈبو کر دروازہ پر پھیلا کر چاہئے تاکہ کثیف ہوا مکان کے اندر نہ جاسکے کیونکہ اس امر کی اشد ضرورت ہے کہ ہوا باہر آتی رہے اور اس کی یہ تدبیر ہے کہ زینے اور راستے کی کھڑکیاں کھول دی جائیں۔

دیکھو خدا تعالیٰ نے تنفس کو ہر ذی روح کی زندگی کا محافظ بنایا ہے جب سانس اندر کوئی جاتی ہے تو صاف ہوا اندر داخل ہو کر خون صاف کرتی ہے اور جب سانس باہر جاتی ہے تو تمام کثافت کو باہر لے جاتی ہے ، یہی باعث ہے کہ انسان کی روح نکلتے ہی بدن میں تغیر پیدا ہونے لگتا ہے ، کیونکہ سانس کی جس سے کثافت صاف ہوتی ہے آمد و رفت بند ہو جاتی ہے ، اس سے سمجھنا چاہئے کہ ہوا کو اللہ تعالیٰ نے کیسی صاف کرنے والی چیز بنایا ہے اندازہ کرنا چاہئے کہ مریض کے کمرہ میں کس قدر ہوا کی آمد و رفت کی ضرورت ہے۔

کپڑے | تمام سوئی کپڑوں اور پارچہ جات پوشیدہ کو جو مریض کے کمرے میں ہوں یا جو نرس کے استعمال میں آئے ہوں کسی نامدہ یا ٹب میں

جہاں غسل کیا جاتا ہو فوراً ڈال دینا چاہئے اور اُس میں ایک حصہ کاربولک ایسڈ  
*Carbolic acid* بیس حصوں میں یا کوئی دوسری عمدہ اور قابل  
 اعتماد غلاظت کے صاف کرنے والی شے کو بھی ملا دیا جائے، ان پارچے تھوڑے  
 دھونے کے لئے گھر کے کپڑوں سے علیحدہ رکھنا چاہئے۔

نرس *Nurse* متعدی مرض کی حالت میں نرس کو  
 گھر کے اور آدمیوں سے نہ ملنا چاہئے، جس وقت وہ باہر جانے لگے  
 تو اُن کپڑوں کو جو وہ مریض کے کمرے میں پہنے ہوئے ہو اتار کر دوسرے  
 صاف کپڑے پہن لینے چاہئیں، ان لوگوں کو برابر اپنا ہاتھ منہ  
 دھوئے، ہنا اور غسل کرنا چاہئے۔ منہ کو کسی مصفی جیسے صاف کیا جا  
 نہانے میں گلی اور غار دھبی کر لینا چاہئے۔

مسن استیاسے حفاظت۔ پیشاب، تہ، دست وغیرہ کی سطح

تمام متعلقات کو زرخیز شے یا ڈامر "*Damers*" لگے ہوئے ظروف میں ڈالنا چاہئے  
 اور اُس میں کوئی کشیف مادہ کے صاف کرنے والی تیز دوا کو چھڑک دینا چاہئے  
 مثلاً "پاسٹور فلوئڈ" *Pasteurs fluid* "سرولیم بزنڈ" کا ایسڈ  
*Sir William Burnett's disinfecting fluid*  
 or solution of chloride of lime or solution  
 of carbolic acid.  
 جو کثافت صاف کرنے کے کام آتا ہے ایک حصہ لیکر دس حصے پانی میں

برا دینا چاہئے۔

جس طرف مین کپڑے رکھے ہوں اس کو کسی ٹی کے برتن سے پاؤ کھنٹ تک  
دوا کو اپنا اثر پونچانے کے لئے ڈبا تک دینا چاہئے اس کے بعد اس دوا کو  
کسی ایسے پاخانہ کی مہری مین ڈال دینا چاہئے جو کسی کھر والے کے استعمال  
مین نہ ہو۔

مہری کو دن مین دوبار خوب چھی طرح صاف ہونا چاہئے اور معمولی  
قسم کا کاربوئک *Carbolic* ہونا یون کے صاف کرنے کے  
کام آتا ہے، زیادہ مت رار مین ہر ایک متعفن شے کے خارج ہونے کے بعد  
ڈال دینا چاہئے۔

مرض کی زیادتی کے زمانہ مین چھوت اور تعفن کے زور شور کا کچھ تو دھوپ  
کے اثر سے اور کچھ مریض کے کمرہ مین تازہ ہوا آنے کی وجہ سے بہت کچھ  
انسداد ہو سکتا ہے "اسکارلیٹ فیور" *Scarlet fever* مین  
ٹھنڈے پانی یا کسی اینٹی سٹپک، لوشن "Antiseptic lotion"  
سے جسم کو اسفنج کرنے کی ضرورت ہوتی ہے، اور *Measles*  
دھچک وغیرہ مین جب کہ دانے سٹرین یا دہ کھائو جائین تو ایسی صورتون مین مرہم  
"لیپ پوڈر" وغیرہ استعمال کرنا چاہئے، ذیل مین ایک لیپ کا نسخہ  
درج ہے جو نہایت آسان اور بے ضرر ہے۔

روغن کیچو پٹ *Oil of cajuput* ایک چمچ  
روغن تخم کا ہو *Salad oil* یا دیسلین

*Vaseline* پنذرہ چار کے چمچے اس سے  
جلد کی سمیت دور ہو جائے گی اور دانوں کے پھایون سے آس پاس کی  
ہوا خراب نہ ہونے پائے گی ، پٹری بہت جلد پڑ جائے گی اور مرض کا  
زور اور اُس کی میعاد کم ہو جائے گی ، جا پانی کا غذ کے رومال ایسے  
امراض میں استعمال کرنے چاہئیں تاکہ دھونے کا جھگڑا نہ ہو اور خرچ  
میں بھی کفایت رہے۔

اس موقع پر بطور ہدایت اس امر کا کسی فرد وضاحت کے ساتھ  
ظاہر کر دینا ضروری ہے کہ تیمار داروں کے لئے یہ امر سب سے مقدم  
ہے کہ جہاں تک امکان میں ہو صفائی کا پورا خیال رکھیں کیونکہ جگہ اور  
جسم کی صفائی کا اثر صحت پر سب سے زیادہ ہوتا ہے۔

خود انسان کے جسم میں جراثیم موجود رہتے ہیں اگر ”میکروس کوپ“  
خردبین *Microscope* کے ذریعہ اپنا خون نکال دیا جائے  
تو اُس میں ہزاروں سرخ و سفید ذرے نظر آئیں گے جن کی تعداد  
خداے تعالیٰ ہی جانتا ہے اور اُسی نے مقرر کی ہے ان کے بڑھنے گھٹنے سے  
بہت سے امراض پیدا ہوتے ہیں ، سفید ذرے سرخ کے اور سرخ سفید کے

دشمن ہیں، اگر سفید ذرے بڑھ جائیں گے تو وہ سُرخ ذرون کو کھالین کے اور "اینمیا ہو جائے گا، ہو ہمیشہ سُرخ ذرون کو بڑھاتی ہے اور سُرخ ذرے زیادہ ہو کر امراض پر غالب ہوتے ہیں، اور مرض کے دور کرنے میں مدد دیتے ہیں۔

جس کی جس چیز کو خلط سے تعبیر کرتے ہیں، یہ دراصل وہی کیڑے ہیں جو جسم انسان میں خدا تعالیٰ نے پیدا کر دیے ہیں، اور جب کوئی خلط بڑھ جاتی ہے یا گھٹ جاتی ہے تو اُس کے متعلق امراض میں انسان مبتلا ہو جاتا ہے۔

بعض کیڑے یعنی جراثیم دوسرے ذرائع سے بھی انسان کے بدن میں داخل ہوتے ہیں، جیسے "مچھرے" بلیریا کے اور ناصاف پانی سے "کالرا" کے (مہیضہ) جراثیم پھیلتے ہیں، اور چوہے اپنی پسوند سے جو سیلی زمین اور کوڑے کچرے سے پیدا ہوتے ہیں پلیگ اور طاعون پھیلاتے ہیں، اسی طرح تپ محرقہ اور تپ دق بھی بیرونی اثرات سے ہوتی ہے اور ان دونوں امراض کا باعث دودھ بتایا جاتا ہے یعنی دودھ کی بے احتیاطی سے یہ مرض ہوتے ہیں۔ یہ غیر محسوس کیڑے جو تپ محرقہ یا تپ دق پیدا کرتے ہیں جب دودھ کھلا دیا پاتے ہیں تو فوراً اُس میں داخل ہو کر ہزاروں انڈے بچے دیتے ہیں اور پھر اُن کی پرورش ہوتی رہتی ہے۔

دوسرا سبب امراض جن کے پھیلائے جانے کا جس کو انسان ہمیشہ دیکھتا رہتا ہے  
 کبھی ہے، جو ہر جگہ انسان کے بول و براز پر بیٹھتی ہے، چنانچہ ہیضہ،  
 طاعون، دق، تپ مخرقہ، تپ شیرہ کے کیڑے یہ ایک جگہ سے دوسری  
 جگہ لیجاتی ہے، جہاں صفائی ہوگی اور ہوا کی آمد و رفت رہیگی وہاں کبھی  
 بھی ہون گی۔

پیچک کا بھی ایک کیڑا ہے اور اُس کو بھی کبھی پھیلاتی ہے اور جب  
 یہ کسی مریض پر بیٹھ کر دوسرے تندرست آدمیوں پر بیٹھتی ہے تو یہ مرض پھیلتا ہے۔  
 ان متذکرہ بالا امور کی تشیخ کے واسطے اور ان کی احتیاطوں کی تفصیل  
 سمجھنے کے لئے بڑی بڑی کتابوں کے دیکھنے کی ضرورت ہے مگر بطور  
 اسل امر کو پیش نظر رکھنا چاہئے کہ ہوا کی آمد و رفت جسم، جگہ، لباس، اشیاء  
 گرد و پیش کی صفائی، روشنی اور دھوپ کا گذر صحت کے لئے بہت ضروری  
 چیز ہے۔

روزانہ غسل کرنا | مریض کی طبیعت کو شگفتہ ہی نہیں کرتا بلکہ کثیف و  
 کو دور کرتا ہے اور قطعی طور پر کثافت دور کرنے کے لئے جلد کے فعل کا  
 معاون ہوتا ہے۔

قطعی طور پر کثافت کا دور کرنا | مرض دور ہونے کے بعد مریض کو ڈاکٹر کی ہدایت  
 تین خاص قسم کے غسل کرنے چاہئیں ایک غسل اُسی کمرہ میں دینا چاہئے

جس میں مریض دوران مرض میں رکھا گیا ہے ، غسل کے بعد مریض کو صاف کمر کمبل میں لپیٹ کر دوسرے صاف ستھرے بن لیجانا چاہئے ، بیمار سے پاک و صاف ہو ، پھر دوسرے روز وہاں غسل دینا چاہئے اس کے بعد مریض کو اس کمرہ میں نہ جانے دیا جائے جس میں مریض کے رہنے کی وجہ سے جراثیم کے موجود ہونے کا خیال ہو گیا ہے ، غرض کئی ذراں غسل ہونا چاہئے ، غالباً کانڈی *Condy bath* طریقہ کا غسل سب سے عمدہ ہے ، اس کا وہی نسخہ ہے جو اوپر قلم بند ہو چکا ہے ثوردار امراض میں اور بالخصوص اسکا رلیٹ فیور *Scarlet fever* (وہ بخار جس میں دانے پڑ جاتے ہیں) اور چیچک کے غرض کی ابتدائی حالت میں بالون کو خوب باریک کٹوا دینا یا سرسٹڈوا دینا چاہئے اس مریض کو بہت آرام ملتا ہے اور مرض کی کثافت بھی بہت کچھ دور ہو جاتی ہے جسم اور سر کو خوب اچھی طرح سے دھونے کے علاوہ کانوں اور ناک اور گلے کا بھی خیال رکھنا چاہئے کیونکہ ان مقامات پر مرض کا اثر دیر تک رہتا ہے اور خاص کر ایسی صورت میں جب کہ ان میں سے مادہ کا اخراج ہوتا ہے تو استیصال مرض کے لئے پچکاری سے صاف کرنے دوا لگانے اور چھڑکنے کی بہت سخت ضرورت ہے۔

غسل کے بعد مریض کو صاف ستھرے کپڑے جو مرض کی آگ ہو

پاک و صاف ہون پہنانے چاہئیں مگر پھر بھی یہ احتیاط لازم ہے کہ مریض بچہ کو اور بچوں کے ساتھ کھیلنے سے مانعت کی جائے ، دو ماہ تک نطفہ میں یعنی سب سے علیحدہ رکھنا چاہئے ، جس قدر زیادہ امکان میں ہو مریض کو ایسی جگہ رکھنا چاہئے جہاں دھوپ اور ہوا خوب آتی ہو ، بستر ، رضائی ، چادر اور دیگر ملبوسات اور اسی قسم کی دوسری چیزوں کو بھاپ یا گرم ہوا میں صاف کرنے کے لئے بھیج دینا چاہئے ، تمام دبات کے برتن مٹی کے برتن اور قلعی یا مینا کاری کے برتنوں کو بیس حصوں میں ایک حصہ رولوک مین چوبیس گھنٹہ تک ڈال دینا چاہئے ۔

کتا بون ، کھلونوں اور مرہم پٹی کے ایسے سامان کو جیسے اولی اور سوتے کپڑے ، چٹیان ، پھاسے ، رضائیاں وغیرہ ہین جلا دینا چاہئے اگر گرمی کی دیواروں پر روغن پھرا ہوا ہے یا وارنش کیا گیا ہے تو ان کو کثافت دور کرنے کی دواسے دھو کر صاف کرنا چاہئے یا "فارمیل ڈی ہائیڈر فورمال دیکھائیڈ" سے پاک کرنا چاہئے ، لیکن اگر دیواروں پر کاغذ لگا ہوا ہے تو صاف کرنے کے بعد اس کو نکال کر نیا کاغذ لگانا چاہئے ، تمام لکڑی کی چیزوں اور فرش کو خوب ہو کر صاف کرنا چاہئے ، اور ان کی کثافت دور کرنا چاہئے ، چھت کو گھوٹا کر یا توچنا قلعی کروانی چاہئے یا روغن پھروانا چاہئے ۔

بیمار بچوں کو غسل | چھوٹے بچے جن کا اٹھانا آسان ہے اُن کو غسل کامل طور پر اور آسائش کے ساتھ اس طرح ہو سکتا ہے کہ اُن کو غسل کے ظرف میں پانی کے اندر لانا بلٹا دینا چاہئے ، صرف سر اور چہرہ اور اوپر کھلا رکھنا چاہئے ۔

بڑے بچوں اور اکثر چھوٹے بچوں کو بھی جن کو سوزش حلق کی سخت شکایت ہو یا کوئی ہڈی ٹوٹ گئی ہو ، غسل کرانے کی بہترین ترکیب یہ ہے کہ مکملون میں لمپیٹ کر غسل دیا جائے اور ایک گرم اور خشک مکمل لو اُس کو مریض کے نیچے رکھو ، دو یا زیادہ اور مکمل لو اور اُن کو مریض پر اوڑھادو اس کے بعد اُس کے معمولی ملبوسات نکال لو ، بیمار دار کے پاس دو گرم پانی کے ظرف موجود ہوں ، ایک مین خوشبودار سرکہ *Aromatic vinegar* معمولی سرکہ *Ordinary vinegar* یا یوڈی کلون " *Eau de cologne* ملا رہے ، اس برتن میں روئی بھی موجود رہنی چاہئے جو بطور اسفنج کے صابون کے جھاگ صاف کرنے میں کام آئے گی ، دوسرے برتن میں بھی روئی موجود رہے ، پانی میں پہلے ہی سے صابون ملا دینا چاہئے ، بہت سے گرم خشک لٹے قریب موجود رہنے چاہئیں " *Vinolia powder* " دنو لیا پوڈر " بھی ہونا چاہئے ، بخار کی حالت میں جب دانے پڑ گئے ہوں تو ایک

طشتری مین ضمد دافع سمیت بھی موجود رہے ، جب سب چیزیں پاس رکھ لی جائیں تو پہلے مریض کا چہرہ دھو کر خشک کرنا چاہئے ، پھر کان اور گردن اور سینہ اور داہنا بازو یا بائیں بازو ، پھر کمر پھر پیٹھ پھر ایسا مقام جہاں میل یا کثافت موجود ہو سکتی ہے ، اور سب سے آخر میں پاؤں کو دھونا چاہئے ، ہر ایک حصہ کو علیحدہ علیحدہ دھو کر خشک کرنا چاہئے اور نہایت احتیاط کے ساتھ کسی صاف ملائم یا فلایڈن کے کپڑے سے دوسرا کام شروع کرنے سے پہلے پیٹھ دینا چاہئے الش سب سے بعد کو ہونا چاہئے کیونکہ تیار دار کے ہاتھ لیپ مین گہرے ہون گے اور اُس کا وقت ضائع ہوگا ، پیٹھ دھونے کے بعد غور سے دیکھ لینا چاہئے کہ کہیں سرخ چٹے تو نہیں پڑ گئے ہیں جن کے پک جانے کا اندیشہ ہے اور زخم خراش *Bed sore* کی صورت اختیار کرنے والے تو نہیں ہیں ۔

موتی چہرہ کے قسم کے تمام امراض جو طوالت پکڑ جاتے ہیں اور ٹائفیڈ *typhus* کی طرح تمام ایسی حالتوں میں جب کہ نقاہت بہت زیادہ ہو جاتی ہے زخم خراش *Bed sore* کو نہایت غور و خوض کے ساتھ دیکھ لینا چاہئے ۔

زخم خراش کے روکنے کی سب سے عمدہ ترکیب یہ ہے کہ مریض کو صفا اور خشک رکھا جائے ، جن مقامات پر اس کا اثر ہو اُس کو برانڈی *Brandy*

اور نمک : یوڈی کون *Caude cologne* و گلیسرین *Glycerine* یا روغن زیتون اور میتھائی ایٹھ اسپرٹ *Methylated spirits* کو مساوی الوزن ملا کر ملنا چاہئے ، اگر جلد پتلی اور چمکدار ہو تو اس کو بہت احتیاط کے ساتھ نرمی سے ملنا چاہئے اور ایسے موقع پر "کلوڈین *Colodion* اس روئی کو کتے ہیں جو ( ایجنٹر اور اگل میں ڈوبی ہوئی ہو ) جس کو "ٹیمپورائٹ" *Temporite* کہتے ہیں ، ایسی روئی نہ ہو جو بالکل ہی بجاچی

اور جاذب ہو۔

سرد اسفنج اگر بخار بہت تیز ہو تو مریض پر سرد یا برف لے جئے پانی یا پانی اور ریختی فائڈ اسپرٹ *Pectified spirit* ملا کر جس میں ایک حصہ "اسپرٹ" *Spirit* اور تین حصہ پانی ہو یا "یوڈی کون" *Caude cologne* اور پانی ملا کر اسفنج پھیرنا چاہئے ، ایسی صورتوں میں جلد کو کچھ منٹ تک ہوا میں کھلا رکھتے ہیں مکمل دوائے غسل کی طرح احتیاط کے ساتھ پیٹھ نہیں ہیں۔

سرد کپڑوں میں لپیٹنا بعض اوقات سرد کپڑوں میں لپیٹا جاتا ہے ، مریض ایک چادر پر جس پر پانی کا اثر نہیں ہوتا لیٹتا ہے اس کے کپڑے نکال لئے جاتے ہیں اس کے پانی کو نکالی ہوئی چادر یا بہت سے تولیوں میں لپیٹ دیتے ہیں ۔ پانی

حسب دخواہ سرد ہونا چاہئے ، اب اس چادر یا تولیوں پر ایک خشک چادر ڈالتے ہیں۔

پیٹ کی حرارت دیکھنا چاہئے ، جب یہ ۱۰۲ درجہ پر پہنچاے تو مریض کو اُن کپڑوں میں سے نکال لینا چاہئے ، ہر صورت میں ڈاکٹر اپنی رائے دیگا یہ چند باتیں ہدایت عامہ کے لئے قلم بند کی گئی ہیں۔

گرم کپڑوں میں لپیٹنا۔ | گرم کپڑوں میں لپیٹنے کی اُس وقت ضرورت ہوتی ہے

جب کہ دوران خون مفقود ہوتا ہے ، مثلاً بعض بخاروں کی حالت میں جب دوران کامل طور پر نہیں ہوتا اور گردے کی بیماریوں میں جب کہ پیشاب بہت کم ہو جاتا ہے ایسے وقت مریض کو کمبلوں میں لپیٹتے ہیں اور نیچے کے

کبل کے نیچے بھی ایک ”واٹر پروف“ *Water proof* چادر

بچھا لیتے ہیں ، ایک کپڑا گرم پانی میں جو قریب ۱۰۴ فہرن ہیمٹ

*Taken heat* پر ہو ڈبو کر مریض کو جلد جلد لپیٹ دیتے ہیں ،

اور پھر ایک کبل چاروں طرف لپیٹ دیا جاتا ہے ، اس پردہ اور زیادہ

کبل بھی ڈال سکتے ہیں۔

رفتہ رفتہ غسل کرنا۔ | اس قسم کے غسل زیادہ تر بچوں کو دیے جاتے ہیں

مریض کو چادر پر اٹھا کر کسی ایسے طرف میں لٹا دیتے ہیں جس میں پانی کی حرارت

۹۰ فہرن ہیمٹ *Taken heat* پر ہو اُس وقت مریض کا درجہ

حرارت دیکھ لینا چاہئے، اور جب تک وہ غسل میں رہے اُس کی حرارت کم دیکھتے بھالتے رہنا چاہئے رفتہ رفتہ سرد اور اُس سے زیادہ سرد پانی ملاتے اور وقتاً فوقتاً گرم پانی کو نکالتے رہنا چاہئے اکثراً برون کے پانی کے ملانے کی بھی ضرورت پڑتی ہے، یہاں تک کہ ۶۰ درجہ تک حرارت آجائے سردی کا درجہ غسل کی حرارت پر موقوف نہیں ہے، بلکہ اُس سے وہ اثر مقصود ہے جو مریض کو ہونا چاہئے جب کہ مریض کی حرارت ۱۰۲ درجہ پر ہو جائے اور اُس کو کچھ تکلیف کے آثار نمایان ہوں تو اُس کو فوراً بٹایا چاہئے اور بستر پر ایک ایسی چادر بچھا کر لٹا دینا چاہئے کہ جس پر پانی کا اثر نہ ہو سکے اور وہ ترشش تو ال یعنی ترکی غسل والے تولیوں سے چسپی رہے غسل ختم کرنے کے بعد جس جھگی چادر پر مریض کو اٹھا کر لٹایا گیا ہے اُس کو نکال لینا چاہئے اور ملائم تولیوں سے جس قدر جلد ہو سکے مریض کے جسم کو خشک کر کے صاف خشک پوشاک جس کے پہنے میں آسانی ہو پہنا دینی چاہئے، بستر کی چادر ہلکی ہونی چاہئے، اگر مریض کی حالت میں کچھ تغیر پیدا ہو جائے اور رنگ نیلا پڑ جائے، کپ کپی اٹھنے لگے، یا نبض کمزور ہو جائے تو پاؤں سے گرم بوتل لگا دینی چاہئے اور اگر امکان ہو تو کوئی گرم رفیق شے بھی پلانی چاہئے بالعموم گرم دودھ یا گرم دودھ اور پانی دینا چاہئے محرک چیزیں مثلاً شراب یا "برانڈی" *Brandy* وغیرہ

ڈاکٹر کی رائے کے نہ دینی چاہئیں اگر ڈاکٹر تجویز کرے تو بہت تھوڑی  
معتداری میں دمی جائیں ، یعنی شیر خوار کو تین قطرے اور بارہ برس کے  
بچہ کو ایک چائے کا چمچہ ، اُس کو ہمیشہ گرم دودھ یا گرم اراروٹ  
یا گھون کا آٹا یا کسی قسم کا آتش دینا چاہئے ، اگرچہ مذہبِ اہلِ اُم نے اُس  
صورت میں جب کہ بچہ اُس حرام چیز کے طیب اور کوئی علاج تجویز نہ کر سکے  
تو اس حرام چیز کے استعمال کی اجازت دیدی ہے ، اسی لئے میں نے اس  
علاج کو بھی لکھ دیا ہے ، لیکن میری رائے ہرگز نہیں ہے کہ بلا اثر ضرورت  
حرام چیزوں کا پینا روا رکھا جائے ، یہ اجازت حقیقتاً ایک تسکین کے لئے  
ہے ورنہ صاف حکم ہے کہ ”حرام چیزیں شفا نہیں۔“

رائی کا غسل | اس طرح تیار ہوتا ہے کہ ایک گیلن پانی میں

ایک اونس رائی ملا دینا چاہئے ، رائی کو خوب پیس لینا چاہئے ، اور  
اُس کو پانی میں رفتہ رفتہ خوب ملانا چاہئے یا رائی کو ململ کی ڈھیلی ٹوٹلی  
میں باندھ کر اس قدر ہلانا چاہئے کہ وہ اُس میں خوب حل ہو جائے ۔

گرمی اور سردی کی ضرورت | اگر جسم سطح کو سرد کرنے کی ضرورت ہو تو

سرد اسفنج یا وہ غسل کرانا چاہئے جو بہت ریچ کرایا جاتا ہے اور جس کا ذکر  
اوپر آچکا ہے ، لیکن بعض اوقات اس امر کی ضرورت ہے کہ اگر سبب

رہا ہو یا دوسرہ ہو ، یا جوڑوں میں درم ہو اور ان معمولی طریقوں سے

عام نہ پلتا ہوتا سردی پہونچانے کی ضرورت ہوتی ہے۔

لیٹر ٹیوبس *Lateral tubes* | یہ بڑی دائرے کی ملیوں کی طرح ایک قسم کی نلیاں ہوتی ہیں جو حسبِ خواہش ٹھیک کر کے سر اور گھٹنے اور شانے اور پیٹ میں لگا سکتے ہیں، اس پمپدار نلی کے دونوں سر بڑ کی ملیوں میں لگائے جاتے ہیں، ایک سر ایک بڑے لوٹے یا پانی کے ظرف میں لگا رہتا ہے جو طاق پر رکھ دیا جاتا ہے یا کسی دیوار میں بستر سے دو تین فٹ اوپر لگا دیا جاتا ہے دوسرا کسی ڈول یا پاؤں دھونے کے تسلیں میں پڑا رہتا ہے، اوپر کی نلی سے پانی ڈھلک ڈھلک کر اور حسبِ خواہش حرارت کے ساتھ بہتا ہوا بڑ کی چکار گول نلی میں اترتا ہوا اُس ڈول میں پہنچ جاتا ہے جو بستر کے نیچے رکھا رہتا ہے اور جس میں نلی کا دوسرا لگا رہتا ہے۔

پانی کا ٹمپریچر *Temperature* بہت کم نہ ہونا چاہئے  
ورنہ جلد کو نقصان پہونچ جائے گا۔

ر بڑ کی بوتل | دوسرا طریقہ سردی پہونچانے کا یہ ہے کہ ایک ر بڑ کی گرم پانی کی بوتل میں کچھ سرد یا برف کا پانی ملا دینا چاہئے، آسان طریقہ یہ ہے کہ نازک حالتوں میں ر بڑ کی تسلی میں جو اس کام کے لئے ملتی ہو برف بھر کر لگانی چاہئے، ان طریقوں سے بچوں کے بستر اور کپڑے تر ہونے محفوظ رہ سکتے ہیں، اگر برف کا پانی ہے تو لٹ *Lint* کا ٹکڑا

جلد اور نلی *Pipes* یار بڑ کے درمیان مین لگا دینا چاہئے دوسرے  
 طریقہ جو ہر جگہ کام میں لایا جاسکتا ہے وہ یہ ہے کہ ایک لنٹ *Lint*  
 یا پُرانے سوتی کپڑے کا ٹکڑا اُس مقام پر رکھ دیا جائے جہاں تکلیف محسوس  
 ہوتی ہو، اُس کے بعد اُن کے تاروں کا ایک سہرا پردے کے چھتے میں  
 باندھ کر پانی کے ظرف میں ڈال دیا جائے اور دوسرا سہرا لنٹ یا سوتی  
 کپڑے پر علیحدہ علیحدہ تانگے کے تار بچھا کر رکھ دیا جائے، مختلف تاروں  
 کے ذریعہ سے جو پانی کی مقدار لنٹ *Lint* پر پہنچنے لگی وہ اُس کو نرم کر دوگی  
 بالکل تر نہ کرے گی، اگر ضرورت ہو تو پانی میں برت بلا دینی چاہئے، یا  
 کوئی ایسا لوشن ملانا چاہئے جو کافور کی خاصیت رکھتا ہو۔

کسی خاص مقام پر حرارت کا بہنچانا | اگر پاؤں کو گرمی پہنچانا مقصود ہو تو ربڑ  
 کی تھیلی یا گرم پانی کی بوتل اور بعض اوقات گرم اینٹ کے ذریعہ سے  
 کام لینا چاہئے۔

ان طریقوں میں سے خواہ کوئی طریقہ اختیار کیا جائے، یہ احتیاط  
 نہایت ضروری ہے کہ جس شے کے ذریعہ سے گرمی پہنچانا مقصود ہو اُس کو  
 کسی چھوٹے کپل یا شال میں خوب لپیٹ دینا چاہئے کیونکہ چھوٹے بچے  
 کی کھال بہت نازک ہوتی ہے اور گرم چیزیں لگنے سے جل جانے کا اندیشہ ہے  
 اور خاص کر اُس وقت جب بچہ مرض کی وجہ سے بے ہوش یا اُس کو کوئی

بے ہوشی کی دوا سُنگھائی گئی ہو تو اُس وقت جلنے کا اندیشہ اکثر ہو جاتا ہے  
 معمولی فلائین یا بوتل کے نمدہ کا غلاف کافی نہیں ہوتا ضرورت اس امر کی ہے  
 کہ کوئی اور شے بھی مثلاً "کائٹن وول" *Cotton wool* کی  
 تہ دیرینی چاہئے، یہ امر قابل لحاظ ہے کہ تھیلیاں وغیرہ بھی کھولتے پانی سرد  
 پُر نہ کرنی چاہئیں ورنہ ربڑ کو نقصان پہنچ جائے گا، اگر یہ احتیاط مد نظر  
 نہ رکھی گئی تو بچے کو چپٹ منٹوں میں ایسا نقصان پہنچ سکتا ہے جس کی تلافی  
 نہیں ہو سکتی۔

لیٹرس کی نیاں *Leiter's tubes* | صاف، پشت اور پیٹ میں  
 لیٹر کی نلیوں کے ذریعہ سے گرمی پہنچائی جاسکتی ہے، بجائے سرد  
 پانی کے ان میں گرم پانی دوڑاتے ہیں گرم بوتلون سے بھی یہی کام کھاتے  
 بعض اوقات فلائین پر رکھ کر چوکر کی پوٹس بھی باندھتے ہیں، آجکل اسی  
 اثنا اور دودھ کی پوٹس کا قدیم رواج قریب قریب منقود ہو گیا ہے ہینکین  
 زیادہ آسانی ہے اور اگر جسم کے کسی حصہ پر سینکچہ بچا کر روئی کے بچھو بچھاؤں کو  
 گرم کر کے ماؤن جگہ کو لپیٹ دیا جائے تو زیادہ دیر تک گرمی پہنچنے کا  
 اطمینان ہو سکتا ہے۔

ایلیکٹرو تھرم *Electrotherm* | اُن مکانوں میں جہاں بجلی کا انتظام  
 محفوظ متواتر اور نہایت آسان طریقہ جس سے گرمی پہنچائی جاسکتی ہے

وہ ”ایکسٹروٹھرم“ ہے ، اسی طرح گرمی پہونچانے کی یہ ترکیب ہو سکتی ہے کہ ایک گرم پانی کی بوتل کو نمہ کے غلاف میں رکھ دیا جائے چون کہ یہ نرم ہوتا ہے اس لئے جسم کے ہر ایک حصہ میں اس کو لگا سکتے ہیں ، معمولی پولٹس وزنی ہونے کی وجہ سے استعمال نہ کرنی چاہئے ، اس کے علاوہ شب خوابی کے کپڑوں اور بستر کے تر ہونے کا اندیشہ ہے ، ایک احتمال یہ بھی ہے کہ پولٹس کے سرکنے سے گرم جلد کو ہوا لگ جائے گی اور اس سے نقصان پہونچے گا۔

گرم کاٹن وول *Hot cotton wool* | جس حصہ کو گرمی پہونچانا مقصود ہو اگر اس کو گرم کاٹن وول سے باندھ کر بندش کر دی جائے تو اس کا نتیجہ بہت خاطر خواہ ہوتا ہے اور اس سے مریض کو بھی کم تکلیف پہونچتی ہے۔

بیمار بخون کی غذا۔ | امراض کی معمولی حالتوں میں اگرچہ اشتہا بالکل

ساقط ہو جائے لیکن پھر بھی بچہ شوق سے غذا کھاتا ہے ، اور اسی غذا سے اس کو کافی قوت پہونچ سکتی ہے۔ بعض خاص خاص صورتوں میں بالخصوص اس وقت جب کہ گلے کا کوئی مرض ہوتا ہے تو بچہ کھانے پینے سے انکار کرتا ہے۔ دوسری حالتوں میں جب کہ معدہ کی شکایت ہو اور قے آتی ہو تو نمہ کے ذریعے سے غذا پہونچانی باعث نقصان ہے ، یہ امر بھی ذکر کرنے کے قابل ہے کہ دودھ اور یخنی کے بدرقے کے لئے پائون کا شور بہ بہت عمدہ چیز ہے

اور طبع سے آسانی کے ساتھ اتر جاتی ہے۔

ناک کے ذریعہ سے غذا پہنچنا | مذکورہ تصدیق شدہ ناک کے ذریعہ سے

نذا پہنچانی ضروری ہے ، اس کام کے لئے مرین کو غسل کی چادر میں لپیٹ دو

اور ایک چھوٹی ملائم نالی ناک کے اندر لٹکاو ، اس نالی میں ایک چھوٹی سی کانچ کی

قیف ربڑ کی نلکی کے ذریعہ سے لگی رہتی ہے وہ نالی ناک میں سے طبع میں اترنا

جاتی ہے اس کا سرا ہوا جانے کے راستے کے نیچے اور پشت کی جانب

پہنچ جاتا ہے ، اب آسانی سے غذا یا دوا کانچ کی قیف میں ڈال دی

جاسکتی ہے اور غذا کی نالی سے گذرتی ہوئی شکم میں پہنچ جاتی ہے ۔ یہ

آسان ترکیب بالکل معمولی ہے اور ہر ایک مستعد اور ہوشیار آدمی اس کو

انجام دے سکتا ہے ، لیکن تاہم کسی ڈاکٹر سے ہی یہ کام کرانا چاہئے

اور یہ نسبت اس کے کہ نالی زبان کے نیچے سے غذا کی نالی میں پہنچانی

جائے زیادہ محفوظ ہے ، کیونکہ اس میں آخرالذکر طریقہ اس امر کا

اندیشہ ہے کہ شاید بد نصیبی سے نالی زرخرہ میں پہنچ کر شدید کھانسی اور دم

گھٹنے کا باعث نہ ہو جائے۔

غذا کا پکاری سے پہنچانا | ان صورتوں میں جب کہ معدہ *Peptonized*

غذا کو بھی قبول نہیں کرتا تو پچکاری سے براہ میرز آنتوں میں غذا پہنچانی

جائے ، ایک گیند دار پچکاری جس میں ۲ سے ۴ اولس تک کوئی شے آسکتی ہو

اور اُس میں ایک نرم باریک ٹونٹی *Peptonized* لگی ہوئی ہو دودھ سے یا کسی اور رقیق غذا سے جس کا درجہ حرارت ۱۰۶ "فہرن ہیٹ" پر ہو بھرنا چاہئے، ٹونٹی کو معمولی "لیسلین" *Kaseline* یا "ہیزلین کریم" *Hazeline cream* سے چکنا کر دینا چاہئے اور جہاں تک ہو سکے آہستہ آہستہ بغیر زور دیے ہوئے پاخانے کے مقام پر اُتارنا چاہئے، اس کے بعد گیند کو بہت آہستہ سے دبا کر اور غذا کو سہولت کے ساتھ آنتوں میں پہونچانا چاہئے بعدہ ٹونٹی کو نہایت آہستگی سے نکالا جائے، ایک صاف لنگوٹ بھی کچھ منٹ تک استعمال کرایا جائے۔

گیند دار بچہ کرمی کی طرح ایک ملائم نلی بھی ہوتی ہے جس میں ایک شیشی کی قیف ربڑ کی نلی کے ذریعہ سے لگی رہتی ہے، بعض اوقات معدہ رقیق غذا کو قبول نہیں کرتا ایسی صورت میں *Zymenised* دودھ کے قوت بخش قرص استعمال کرنے چاہئیں۔

افسوس یہ ہے کہ بچوں کو اس طریق سے غذا پہونچانا زیادہ قابل اطمینان نہیں ہے اور عرصہ تک اُس کو جاری نہیں رکھ سکتے، بہ نسبت نوجوانوں کے بچے غذا کے زیادہ عادی ہوتے ہیں اور اُن کو بہت جلد بھوک معلوم ہوتی ہے پھر بھی آنتوں میں غذا پہونچانا بعض وقت نہایت

منفید ثابت ہوتا ہے ، کہ نہ امراض کی حالتوں میں اکثر اور پورے ہیں بچوں کے معاملہ میں یا جو گرم ملک میں پیدائش پاتے ہیں اس امر کی بسا اوقات دقت پیش آتی ہے کہ ان کو کوئی ایسی غذا دی جائے جس کو معدہ قبول کر سکے اور ان کی ضرورتوں کے لئے مکتفی ہو ، بہت سے بیمار بچے میٹھی غذا ناپسند کرتے ہیں اور یہ صرف ایک رواج ہے جس کی وجہ سے ہم یہ سمجھ لیتے ہیں کہ بچوں کے لئے میٹھی چیزیں مفید ہوتی ہیں ، ۸ یا ۹ برس کے بچوں کے معاملہ میں بھی نہایت صبر و استقلال کی ضرورت ہے اور ان کو غذا بدل کر کاٹ کر اور ملا کر اور چمپے سے کھلانے کی ضرورت پیش آتی ہے اور مختلف ترکیبوں سے کام لینا پڑتا ہے ، اگر کوئی مرض بہ ظاہر نہ معلوم ہوتا ہو اور بچے کو اشتہا بھی نہ ہو تو ایسی صورت میں سمجھ لینا چاہئے کہ یقیناً بچے کی صحت میں کچھ نقص ہو گیا ہے یا تبدیل آب و ہوا کی ضرورت ہے ، اگر بچہ ایسے مقام پر رہتا ہو جہاں کی آب و ہوا میں فقور ہے تو اُس کو ضرور اُس مقام پر بھیج دینا چاہئے جو موزوں ہو ، اگر خاص طور پر بچے کا دل کھانے کو نہیں چاہتا تو سمجھ لینا چاہئے کہ کوئی معمولی عارضی شکایت ہے ، جیسا کہ در دسر سوئے مضی وغیرہ میں ہوا کرتا ہے ، بعض وقت بچہ نہایت پریشان ہو جاتا ہے - بچوں کی جسمانی حالت بہت نازک ہوتی ہے اور اگر اُس کو کوئی سبب تکلیف یا راحت پہنچے تو اُس کے اثر کو قبول کرتے ہیں ، ورزش کے نہ بچے ہی

بھوک میں نقص واقع ہوتا ہے۔ کبھی کبھی قبض بھی ہو جاتا ہے۔

قاعدہ تو یہ ہے کہ جب بچوں کو یہ اس لگے تو اُن کو پلانا چاہئے لیکن اُس کی مقدار محدود ہونی چاہئے اور صرف اُسی قدر پیا لے بن یا چینی کے طرف میں ڈالنا چاہئے جو بچے کی پیاس کو بجھاسکے، گلاس کو بھر دینا اور بچہ کو پیتے پیتے روک دینا بہت ظلم کی بات ہے، بچوں کے پینے کے واسطے درمیان

آش جو *Barley water*

ٹوسٹ واٹر *Toast water*

گھر کا بنا ہوا مینڈ *Home made lemonade*

نارنگی کا شربت *Orangeade* دینا چاہئے۔

جڑی بوٹی کا دینا۔ | بچوں کو جو دوائیں دی جائیں وہ خوش ذائقہ

ہوں اور متدار میں کم، بہت چھوٹے بچے شاذ و نادر گولی نگلتے ہیں۔ وہ اُس کو چوستے ہیں اس لئے تا وقتیکہ بچہ گولی نگلنا نہ سیکھ لے تو کیپسول

*Cochets* اور کاٹا *Capsules* (دو)

”تلخ دوائیں جن پر غلاف منڈ ہار ہوتا ہے“ ایسی کارآمد چیزیں اس کے لئے بالکل بیکار ہیں، سفوف اگر مقدار میں کم نہوں اور تلخ نہوں اور بذائقہ نہوں تو اُن کا

دیا جانا بھی ایک مصیبت ہے، لیکن ”گرے پوڈر“ *Grey powder*

یا کیلول *Calomel* اگر تھوڑے سے شربت یا شہین

فاکر دیئے جائیں تو بچہ ضد نہیں کرتا ، سفوف اصل السوس *Liquorice* *powder* اگر گرم دودھ میں ملا دیا جائے تو بہت کم ناپسند کیا جاتا ہے ،  
 ارنڈ می کا تیل یعنی ”کسٹر آئل“ بھی بالعموم ناپسند نہیں کیا جاتا ، بشرطے کہ  
 گرم میٹھے دودھ میں اچھی طرح ملا کر بوتل میں کاگ لگا کر ملا دینا چاہئے ، قبل  
 اس کے کہ روغن اور دودھ علیحدہ ہو سکے فوراً بچے کو پلا دینا چاہئے ،  
 بعض اوقات ”کسٹر آئل“ میں صنغ عربی اور پیپرمنٹ *Peppermint*  
 سے مرکب کر کے دیا جاتا ہے جو خوش ذائقہ ہو جاتا ہے ، اس ترکیب سے  
 دہنیت اور دوا کا مزاج محسوس نہیں ہوتا ۔

”فلوڈ مگنیشیا“ *Fluid Magnesia* میں قریب قریب  
 ذائقہ نہیں ہوتا اور شور بے اور دودھ میں ملا کر دیا جاسکتا ہے ، اسی طرح  
 ”فاسفیٹ آف سوڈا“ *Phosphate of Soda*  
 ایک یا دو چائے کے چمچوں کی خوراک میں بھی دیا جاسکتا ہے اس کا بھی  
 کوئی ذائقہ نہیں ہوتا ہے ، بعض وقت ریوند چینی *Rhubarb*  
 بھی دی جاتی ہے ، اور یہ قراقرم معدہ کے لئے اکسیر ہے ، اس دوا کا ذائقہ  
 بچے بہت ناپسند کرتے ہیں ، اور یہ کسی صورت سے چھپا نہیں رہ سکتا  
 بڑے بچے اس کے عرق کو پی لیتے ہیں جو نہایت موثر اور مفید ار میں کم ہوتا ہو  
 بڑے اور چھوٹے بچے دونوں روہرب والٹن *Rhubarb wine*

اور ٹنگر دہرب *Tincture rhubarb* پی سکتے ہیں۔  
 کسی کو اس کے نفیس اور بے ذائقہ ہونے میں کلام نہیں ہو سکتا لیکن ہر برس سے  
 زیادہ عمر کا کوئی بچہ ایسا ہو گا جو اس کے پینے سے بشرطے کہ اس کا علاج  
 معقول طور پر ہوتا ہو انکار کرے گا، بچوں کو زبردستی دوا پلانے یا دھوکے  
 کام لینے سے ناکامی ہوتی ہے اور کوئی فائدہ نہیں ہوتا، بہترین ترکیب یہ ہے  
 کہ دوا کو ایسی جگہ بنا نا چاہئے جہاں کہ بچہ اس کو ترکیب دیتے وقت  
 نہ دیکھ سکے اور نہ اس کی نفرت انگیز بو کو سونگھ سکے۔ اس دوا کو ایک  
 چھوٹے سے زینگن گلاس میں دینا چاہئے تاکہ وہ گاڑھی اور کراہت انگیز  
 نہ معلوم ہو سکے، اس کے بعد یہ کہہ دینا چاہئے کہ بھائی دوا خوش ذائقہ  
 تو نہیں ہے مگر اس کے پینے سے اچھے ہو جاؤ گے، اس کہنے سے بچہ  
 دوا کو جلد پی لے گا لیکن دوا کو فوراً پلا دینا چاہئے، اگر بچے کی تربیت اچھی  
 کی گئی ہے اور وہ اطاعت شعار ہو گیا ہے تو یہ حیرت انگیز بات معلوم ہوگی کہ  
 اس کی تیمارداری میں کوئی زحمت نہیں اٹھانا پڑتی، دوا کے بعد ہی ذرا سی  
 شکر کی ڈلی یا کوئی نمکین چیز کھلانے سے منہ کا ذائقہ سدھ جاتا ہے،  
 سدھ دیا برف کے پانی سے دوا نوش کرنے کے پہلے اور بعد کُل کرنا  
 اچھی بات ہے۔

بچوں کی کھانسی کی مقبول عام دوا شہد اور شربت لیمو *Lemon juice*

یاسرک اور گولڈن سیرپ *Golden syrup* ے  
 ان چیزوں کو مساوی الوزن لے کر چھوٹی سی کرچی میں خوش دیدینا چاہئے  
 اور اگر ڈاکٹ کی رائے ہو تو چند قطرے "وائٹنیم اپی کاک" *Jecocuw*  
*anka wine* کے ہر ایک خوراک میں ڈال دینا چاہئے  
 یہ مرکب بذات خود مقوی ہے اور اس میں تھوڑا سا پانی ملا کر گھول لینا  
 چاہئے۔ لین سیڈی " *Linseed tea*  
 اور کیورنٹ " *Currant* ٹیے ریڈ *Tamarind tea*  
 کھانسی اور زکام کے لمبی لمبی مفید ہیں۔ اور خسر *Catarrah of measles*  
 اور سبزش حلق *Bronchitis* اور کالی کھانسی *Whooping cough*  
 کے ساتھ اگر یہ کام کی شکایت ہو تو بھی یہی دو امین دسی جاتی ہیں۔



2176